

මහා දුක් කඳු බහා තබමු. පංචුපාදානස්කන්ධය

බුදුරජාණන් වහන්සේ ලොවට දහම් දේශනා කළේ ලෝවැසි සත්ත්වයන්ට උපරිම මානසික සුවය අත්කර දීමටයි. එනම් දුකින් නිදහස්වීමේ මාවත පහදාදීමටයි. සසර අනාදිමත් කාලයක් අපමණ පරිත්‍යාගයක් කොට වතුරාර්ය සත්‍යය තම නුවණින් ම අවබෝධ කොට සසර දුකින් නිදහස් වූ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ මහා කරුණාවෙන් යුතුව මහා ප්‍රඥාවෙහි පිහිටා සෙසු ලෝකයාට ද එම දහම් මග පැහැදිලි කළහ. මානසික සුවය ලබා ගැනීම අපේක්ෂා කරන්නකු විසින් තම සිතට දුක හටගන්නේ කෙසේ ද යන්න පිළිබඳව පළමුවෙන් මනා වැටහීමක් (සත්‍ය ඥානය) ලබා ගත යුතු අතර ඉන්පසු දුකින් නිදහස්වීමේ මාවතෙහි (කාත්‍ය ඥාන වශයෙන්) ගමන් කළ යුතු ය. එහි ප්‍රතිඵල වශයෙන් දුකින් නිදහස් ව එසේ දුකින් නිදහස් වූ බව පිළිබඳ අවබෝධය (කාත්‍ය ඥාන) ලබා ගත යුතු ය.

බුදුරජාණන් වහන්සේ මංගල ධර්ම දේශනාව වූ දම්සක් පැවැතූ සූත්‍රයේ දී දුක මැනවින් විස්තර කළ අතර එහි දී ඉපදීම (ජාතිපි දුක්ඛා), මහලුවීම (ජරාපි දුක්ඛා), ලෙඩවීම (ව්‍යාධිපි දුක්ඛා), මරණය (මරණමිපි දුක්ඛා), අප්‍රියයන් හා එක්වීම (අප්පියෙහි සම්පයෝගෝ දුක්ඛා), ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම (පියෙහි විප්පයෝගෝ දුක්ඛා), කැමැති දෑ නොලැබීම (යම්පිච්චං න ලභනි දුක්ඛං) යනුවෙන් දුක විස්තර කළ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ අනතුරුව ඒ සියල්ල කෙටි කොට සමස්තයක් වශයෙන් ගත්කළ පංචුපාදානස්කන්ධය දුක (සංඛින්නේන පංචුපාදානස්කන්ධා දුක්ඛා) බව පෙන්වා දුන්හ. මුලින් සඳහන් කළ ඉපදීම, මහලුවීම, මරණය ආදී කරුණු ලොව වෙසෙන සාමාන්‍ය කෙනෙකුට වුව ද තේරුම් ගැනීම අපහසු නොවේ. සම්මාසම්බුදුවරයකු ලොව පහළවීමෙන් ලොවට ලැබෙන ඉහළ ම දැනුම වන්නේ පංචුපාදානස්කන්ධය දුක වශයෙන් දක්වන අනුශාසනයයි. එනම් රූප, වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකය නිත්‍ය, සැප, ආත්ම, සුභ වශයෙන් වරදවා තේරුම් ගැනීම දුක්ඛ සත්‍යය බවයි. ඒවා අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම, අසුභ වශයෙන් මෙතෙහි කිවීම දුක්ඛ නිරෝධගාමිනී පටිපදාව බවත් ය. ජාති, ජරා ආදී සියලු දුක්ඛයන්හි පදනම වන්නේ පංචුපාදානස්කන්ධය වරදවා තේරුම් ගැනීමයි. ශ්‍රැතමය ඥානයෙන් මෙය අවබෝධ කොට පංචුපාදානස්කන්ධයෙන් තම සිත සපුරා නිදහස්කර ගැනීමට හැකි වුවහොත් ජරා, මරණාදී දුක් සමුදායෙන් නිරායාසයෙන් නිදහස්වීමට අවස්ථාව සැලසේ.

සමස්ත බුද්ධ දේශනාව ම ඉලක්ක කොට ඇත්තේ පංචුපාදානස්කන්ධයෙන් නිදහස්වීමට මග පෙන්වීමටයි. ධාතු, ආයතන, ඉන්ද්‍රිය, නාමරූප ආදී සෑම විග්‍රහයක් තුළින් ම පංචුපාදානස්කන්ධය අවබෝධයට අවස්ථාව ලැබේ. ඒ අනුව ස්කන්ධාදියෙහි පවත්නා අනිත්‍යාදී සැබෑ ස්වභාවය තේරුම් ගෙන ඒ අනුව තම අවබෝධය ප්‍රත්‍යක්ෂයක් බවට පත්කර ගැනීමේ මාවත වශයෙන් දේශනා කළේ සතර සතිපට්ඨානයයි. සතර සමාග්ප්‍රධාන වීර්ය, සතර සාද්ධිපාද, පංචඉන්ද්‍රිය, පංචබල, සත්තබ්‍යෝජ්ඣංග, ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ය යන සෙසු බෝධිපාක්ෂික ධර්ම වර්ධනය වන්නේ හේතුවල

දහම පිළිබඳ මනා වැටහීමෙන් යුතුව සතර සතිපට්ඨානය භාවිත කිරීමෙනි. ආනාපානසති ආදී භාවනා කමටහන් මීට මහෝපකාරී වේ.

පංචුපාදනස්කන්ධය යනු,

1. රූපස්කන්ධය
2. වේදනාස්කන්ධය
3. සඤ්ඤාස්කන්ධය
4. සංඛාරස්කන්ධය
5. විඤ්ඤාණස්කන්ධය

රූපස්කන්ධය යනු පඨවි, ආපෝ, තේජෝ, වායෝ යන සතර මහාභූතරූප හා එය ඇසුරු කොට පවත්නා උපාදාය රූප වශයෙන් දැක්වෙන රූප සමුදායයි. වේදනාස්කන්ධය යනු වක්ඛු ආදී ඉන්ද්‍රිය ඇසුරින් ලැබෙන සැප, දුක්, උපේක්ෂා ආදී වේදනා සමූහයයි, ගොඩයි. සඤ්ඤා යනු වක්ඛු, සෝතාදී ඉන්ද්‍රිය ඇසුරින් රූප, ශබ්දාදිය හඳුනා ගැනීමේ සමූහයයි. වක්ඛු ආදී ඉන්ද්‍රිය ඇසුරින් වේතනා පහළවීම සංඛාරස්කන්ධයයි. විඤ්ඤාණස්කන්ධය යනු වක්ඛු, සෝතාදී ඉන්ද්‍රිය ඇසුරින් රූප, ශබ්දාදිය දැන ගැනීමයි (සත්තට්ඨාන සුත්ත, සං.නි. 3, 108 පිට). මෙකී ස්කන්ධ පංචකයෙහි පවත්නා ස්වභාවය නම් ඒවා පහ ම පෙර නොතිබී එකට හටගෙන එකවිට නිරුද්ධවීමයි (අනුඤ්ඤා සමීඝුනං හුඤ්ඤා න භවිස්සති). ඒවා අතීතයෙන් වර්තමානයට නොපැමිණෙන අතර වර්තමානයෙන් අනාගතයට ගමන් නොකරයි. එමෙන් ම වක්ඛු ආදී ඉන්ද්‍රිය හයෙන් එක විට සක්‍රිය වන්නේ එක ඉන්ද්‍රියයක් පමණි. එම ඉන්ද්‍රිය සජීවී වන අනෙක් ඉන්ද්‍රිය ක්‍රියා නොකරයි. මෙම ඉන්ද්‍රියයන්ගේ පවත්නා වේගවත් බව නිසා ඉන්ද්‍රිය හය ම එකවිට ක්‍රියාත්මක වේ ය යන හැඟීමක් අප තුළ හටගනී. එහෙත් එක විට එක ඉන්ද්‍රියයක් පමණක් ක්‍රියාත්මක වන අතර කුමන ඉන්ද්‍රිය ක්‍රියාත්මක වුව ද හැම මොහොතක ම පංචුපාදනස්කන්ධය සකස් වෙමින් පවතී. සෝවාන් ඵලයට පත්ව සිටි පස්වග මහණුන් අර්හත්වය සාක්ෂාත් කළේ රූපාදී ස්කන්ධ පංචකය පිළිබඳව අතිත්‍ය, දුක්ඛ, විපරිණාම වශයෙන් සිදුකළ දේශනාවේ ශ්‍රවණය කිරීමෙනි (පංචවග්ගිය සුත්ත, සං.නි. 3, 114-118 පිට).

ඇස්, කන් ආදී ඉන්ද්‍රිය ඔස්සේ රූප, ශබ්දාදී අරමුණු විෂයයෙහි දැනුමක් ලැබුණු විට බාහිර රූප, ශබ්දාදියෙහි තෘෂ්ණා, දෘෂ්ටි, මාන වශයෙන් සිත බැස ගතහොත් ඒ සමඟ ම දුක ද හටගනී. එමගින් ජරා, මරණාදී දුක්ඛයන්ට මුහුණදීමට සිදු වේ. එමනිසා වක්ඛු ආදී ඉන්ද්‍රියයන්ට රූපාදී අරමුණු පතිත වීමේ දී එහි යථා ස්වභාවය නුවණින් තේරුම් ගෙන සිහිය හා නුවණ උපරිම ලෙස පවත්නා ගැනීමට දක්ෂ වුවහොත් දුකින් නිදහස්වීමට අවකාශ සැලසේ. බුදුදහමින් සියලු මගපෙන්වීම් සිදු කරන්නේ ඇස්, කන් ආදී ඉන්ද්‍රියයන්ට රූප, ශබ්දාදිය පතිත වීමේ දී ඒ පිළිබඳව අවිද්‍යාව නොනැගෙන පරිදි සිත රැක ගැනීමේ වැඩපිළිවෙළයි.

රූපාදී ස්කන්ධයන් කෙරෙහි සිත බැසගන්නා ආකාරය පිළිබඳව මෙලෙස පැහැදිලි කර තිබේ.

1. රූපය ආත්ම වශයෙන් සිහිකරයි (රූපං අත්තනෝ සමනුපස්සති).

- 2. ආත්මය රූප සහිත වුවක් වශයෙන් සිහිකරයි (රූපවන්නං වා අත්තානං).
- 3. ආත්මය තුළ රූපය ඇති සිහිකරයි (අත්තනි වා රූපං).
- 4. රූපය තුළ ආත්මය ඇතැයි සිහි කරයි (රූපස්මිං වා අත්තානං).

රූපස්කන්ධය පිළිබඳව මෙලෙස ඇතිවන මිථ්‍යා සංකල්පය වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන සෙසු ස්කන්ධ කෙරෙහි ද බැස ගැනීමෙන් රූප, ශබ්දාදී අරමුණු විෂයයෙහි තෘෂ්ණා, දෘෂ්ටි, මාන හටගෙන සිත දුකෙහි බැස ගනී. යමෙක් රූපාදී ස්කන්ධයන්හි සතුට වේ නම් ඔහු දුකට කැමැති විය යුත්තෙක් බව (අභිනන්දන සුත්ත, සං.නි. 3, 54 පිට) සඳහන් වන්නේ එබැවිනි.

මෙම අනවබෝධයෙන් සිත මුදවා ගැනීමට නම් රූපාදී ස්කන්ධ පංචකය ඇති සැටියෙන් දැකීමේ නුවණ පහළ කර ගත යුතුව පවතී. එනම්,

- 1. රූපය අත්ම වශයෙන් සිහි නොකරයි (රූපං අත්තනෝ න සමනුපස්සති).
- 2. ආත්මය රූප සහිත වුවක් වශයෙන් සිහි නොකරයි (න රූපවන්නං වා අත්තානං).
- 3. ආත්මය තුළ රූපය ඇතැයි සිහි නොකරයි (න අත්තනි වා රූපං).
- 4. රූපය තුළ ආත්මය ඇතැයි සිහි නොකරයි (න රූපස්මිං වා අත්තානං).

රූපස්කන්ධය පිළිබඳව මෙලෙස යථා පරිදි සිහිකරන්නාක් මෙන් වේදනා, සඤ්ඤා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ යන සෙසු ස්කන්ධ පිළිබඳව ද තම සිහිය හා නුවණ දිගු කලක් භාවිත කිරීමෙන් ක්‍රමයෙන් කෙලෙසුන්ගෙන් සිත මුදවා ගැනීමට අවස්ථාව ලැබේ.

මෙලෙස රූපාදී ස්කන්ධයන් පිළිබඳව සිහිකිරීමේ දී රූපාදියට අදාළව කෙලෙස් හටගත හැකි හැම ආකාරයකින් ම නුවණ පතුරුවාලීමට බුදුදහමින් අනුශාසනා කෙරේ. ඒ අනුව අතීත, වර්තමාන, අනාගත, අභ්‍යන්තර, බාහිර, හීන, ප්‍රණීත, සුබ්‍රම, මිලාරික, දුර, ළඟ වශයෙන් රූපාදියෙහි සිත කෙලෙස් වශයෙන් බැස ගත හැකි හැම ආකාරයක් ම සිහි කිරීම අවශ්‍ය කෙරේ (රාධ සුත්ත, සං.නි. 3, 138 පිට). යමෙක් මෙකී කුමන හෝ ආකාරයකින් රූපාදී ස්කන්ධයන් කෙරෙහි බැස ගනී ද එය මහා බරක් ලෙස සඳහන් වේ. ඒ අනුව පංචපාදානස්කන්ධය 'බර' (භාර) නමින් හැඳින්වෙන අතර ඊට අදාළ පුද්ගලයා 'බර උසුලන්නා' (භාරභාර) වේ. එකී ස්කන්ධ පංචකය කෙරෙහි කාම, භව, විභව වශයෙන් තෘෂ්ණාවක් ඇත්තේ ද එය 'බර ඇදීම' (භාරාදාන) නමින් හැඳින්වේ. ඒ කෙරෙහි තෘෂ්ණා නොකිරීම 'බර බහාතැබීම' (භාරනික්ඛේප) නමින් හැඳින්වේ (භාර සුත්ත, සං.නි. 3, 46 පිට). තවද මෙම ස්කන්ධ පංචකය 'සක්කාය අන්තය' නමින් හැඳින්වෙන අතර ඊට තෘෂ්ණා කිරීම 'සක්කාය සමුදය අන්තය' වේ. ඊට ඇති තෘෂ්ණාවෙන් සපුරා වෙන් වීම 'සක්කාය නිරෝධ අන්තය' වන අතර ආර්ය අෂ්ටාංගික මාර්ගය 'සක්කාය නිරෝධගාමිනී පටිපදා අන්තය' නමින් හැඳින්වේ (අන්ත සුත්ත, සං.නි. 3, 272 පිට). යමෙක් මෙම රූපාදී ස්කන්ධ පංචකයේ හටගැනීම, නිරෝධය, නිස්සරණය මනාව නොදනී ද ඔහු ශ්‍රමණයෙක් හෝ බමුණෙක් හෝ පැවිද්දෙක් හෝ වශයෙන් සම්මත නොවන බවත් යමෙක් ශ්‍රමණයෙක්, බ්‍රාහ්මණයෙක්, පැවිද්දෙක් වශයෙන් වශයෙන් සම්මත වන්නේ මෙම පංචපාදානස්කන්ධය සමුදය, අත්ථංගම, නිස්සරණ වශයෙන් නුවණින් දැකීමෙන් බව බුදුරජාණන් වහන්සේ අවධාරණය කරති (සමණ සුත්ත, සං.නි. 3, 278 පිට).

ආධ්‍යාත්මික ගමන් මගෙහි සෑම ස්තරයක ම සිටින අයට බුදුරජාණන් වහන්සේ අනුශාසනා කරන්නේ ස්කන්ධ පංචකය සම්මර්ශනය කරන ලෙසයි. ඒ අනුව පෘථග්ජන අයට සේධවීමටත් සේධ ශ්‍රාවකයන්ට අසේධ (රහත්) වීමටත් අසේධ - රහත් උතුමන්ට පිරිනිවන තෙක් සුවදායීව වාසය කිරීමටත් භාග්‍යවතුන් වහන්සේ පනවන එක ම මග නම් රූප, වේදනා, සංකාර, විඤ්ඤාණ යන ස්කන්ධ පංචකය සමුදය, අත්ථංගම, අස්සාද, ආදීනව, නිස්සරණ වශයෙන් ප්‍රගුණ කරන ලෙසයි. බුදුරදුන් මෙම ප්‍රකාශයෙන් පංචපාදානස්කන්ධය නුවණින් මෙනෙහි කිරීමේ වැදගත්කම කෙතෙක් ද යන්න මැනවින් තේරුම් ගත හැකි වේ.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වදාළ හේතුවල න්‍යාය පිළිබඳ මනා වැටහීමෙන් යුතුව සතර සතිපට්ඨානය තුළ නිතර සිහිය හා නුවණ භාවිත කිරීමට යමෙකු සමත් වුවහොත් ඔහු තුළ සියලු ආධ්‍යාත්මික ගුණ රුවන් වර්ධනය වන අතර ප්‍රාර්ථනා නොකළ ද නිසි කල්හි කෙලෙසුන්ගේ සිත මිදේ. නිසි දින ගණන තම බිජු රැක්කාවූ කිකිළිය ප්‍රාර්ථනා නොකළ ද නිසි වෙලාවට පැටවුන් බිජුවට පළාගෙන එළියට නික්මෙන්නාක් මෙන් මනා ධර්ම මාර්ගයෙහි සැහෙන කලක් වාසය කිරීම හේතුවෙන් ඒ ඒ කල්හි තමාගේ ක්ෂය වූ කෙලෙස් ප්‍රමාණය නොදැන සිටිය ද කෙලෙස් ක්ෂය වීම සිදු වන බවත් අවසානයෙහි රහත්භාවය තුළින් සපුරා ඒ පිළිබඳව ඥානය ලැබෙන බවත් සඳහන් වේ (වාසිජට්ටෝපම සුත්ත, සං.නි. 3, 266 පිට).



ඔබ සෑමට තෙරුවන් සරණයි !

බු.ව. 2560 (ව්‍ය.ව. 2016-දෙසැම්බර් 11) උදුවප් පොහෝදා සීල සමාදානය

ලොස් ඇන්ජලිස් බෞද්ධ විහාරය - පැසදිනා - කැලිෆෝනියා